



Graderingskrav for TTU Dangraderinger

Samlinger – Graderingskrav

Til Grad	Danfortræninger skal tages min. 3 mdr. før graderingen Teoriprøven kan tages op til 14 mdr. før gradering	Antall TTU seminarer etter forrige gradering
1.dan	1	1
2.dan	1	2
3.dan	1	3
4.dan	1	4
5.dan	1	5
6.dan	1	6

- Danfortræninger min. 3. cup for å delta
- Eldsteråd kan gi dispensasjon fra disse reglene i spesielle tilfeller.
- Samlinger der teller**
Danseminar
Temaseminar instr.
Sommerfestival
Vinterleir
Nytårsleir
Kodanjaseminar

Knusing – gøres med hånden (valgfri håndstilling) (f.eks. batangson, sonnal, jumeok osv.)

Hver deltaker har 2 forsøk pr. Takstein og Bret.

Takstein (Min 18 år)

Til Grad	Menn	Kvinner
1.dan	4	2
2.dan	5	3
3.dan	6	4
4.dan +	7	5

Taksten info:

For takstein anbefales Zanda halvstein, eller Benders halvstein.

Taksten til gradering udleveres til graderingen. (Inkl. i graderingsprisen)

Dette fordi alle skal ha like stein – og like vilkår.

Knusing – better (tykkelse Min. 20 mm for voksne og 12 mm. Barn u/15 år)

Treplater	Antall	Håndteknikk	Spark	Hoppspark
1.dan	3	1	1	1
2.dan	4	2	1	1
3.dan	4	2	1	1
4.dan +	5			



Poomse

Alle går 4 poomser.

Eks. 1 dan går 2 faste poomser Koryo + Pal jang og graderingspanel bestemmer en taeguk + TTU mønster.

Til 1. dan T5 – T7 + altid Pal Jang + Koryo +	TTU Mønster 1-3	
Til 2. dan T5 – T8 + altid Koryo + Keumgang +	TTU mønster 4-5	
Til 3. dan T6 – P1 + altid Keumgang + Taebaek +	TTU mønster 6-7	
Til 4. dan T1 – P2 + altid Taebaek + Pyongwon +	TTU mønster 8-9	Master
Til 5. dan T1 – P3 + altid Pyongwon + Sipjin+	TTU mønster 1-9	
Til 6. dan T1 – P4 + altid Sipjin + Jitae +	TTU mønster 1-9	
Til 7. dan T1 – P5 + altid Jitae + Chonkwon +	TTU mønster 1-9	
Til 8. dan Hansu – Foregår i Korea		Grandmaster

Macheo kyorogi

- **Hosinsul**
Palmok jab gi 1-8 Kun til 1 dan
Mom jab gi 1-4 kun til 1 dan
Jireugi 1-4 **Til 1. Dan, samt efterfølgende graderinger**

- **1 step**
Håndteknikk 1-8 Til 1 dan
Fotteknikk 1-8 Til 1 dan
Kombinasjon 1-8 Til 1+2 dan

- 3 step Kup Kun til kup graderinger + Til Mastergrad 4 dan
Nr. 1-8

- 3 step Dan Til 1 dan nr. 1-8
 Til 2,3,4,5,6,7 dan nr. 1-10

På teknikkene til **4. Dan+**
må der gerne tilføjes 1 teknik ekstra i slutningen, men er intet krav.

- **2 step**
Nr. 1-8 **Til 2. Dan, samt efterfølgende graderinger**



- **Mechigi** **Til 3. Dan, samt efterfølgende graderinger**
Nr. 1-8
 - **Anja Kireugi** **Til 4. dan, samt efterfølgende graderinger**
Nr. 1-8
-

Kamp

- Kamp mot 1 person **Til 1. Dan, samt efterfølgende graderinger**
 - Kamp mot 2 personer **Til 3. Dan, samt efterfølgende graderinger**
 - En mot to aftalt kamp (8 – teknikker) **Til 1. Dan frem til Mastergrad 4 dan**
-

Fysiske krav vil blive testet og gennemgået på danfortræningerne, og skal dermed ikke vises igen til dangraderingen.

Dan	Armstrækkere	Mavebøjninger	Englehop	max tid
1. dan	70	70	70	6:30
2. dan	80	80	80	7:30
3. dan	90	90	90	8:30
4. dan +	100	100	100	9:30

- **Armstrækkere** kan jenter/damer samt gutter u/15 år udføre med støtte på knæ, men samme antal som gutter/herre
- **Armstrækkere** udføres på jumeok for **alle over 15 år.**
- **Max tid**
 - 40 – 50 år ekstra 1 min.**
 - 50 – 60 år ekstra 2 min.**
 - 60 år + ingen fysisk test**



Skriftelig Opgave

TEORIPRØVE:

Til 1, 2, 3, 4. dan

Teoritesten afholdes på danseminar.
Bestått test har en varighet på 14 måneder

AFHANDLING:

Til 4. dan, samt efterfølgende graderinger

Emne:

Skal godkendes af en fra Eldsterådet

Lengde:

Min. 10 sider inkl. Forside

Indhold:

Forside, Indholdsfortegnelse, Emne, Kildehenvisning

Afleveringsform:

10 stk. Udprint medbringes til registrering ved dangraderingen, samt på mail i pdf.
Til Dangraderings-ansvarlig ved påmelding til gradering.

Yderligere beskrivelse vil være at finde på www.ftu.no

Minimum-tidsinterval fra forrige gradering

Til 1. dan	6 mdr.
Til 2. dan	2 år.
Til 3. dan	3 år.
Til 4. dan	4 år.
Til 5. dan	5 år.
Til 6. dan	6 år.
Til 7. dan	7 år.
Til 8. dan	8 år.
Til 9. dan	9 år.

Kodanja har lov til at søge Ældsteråd om lov til at indstille kandidater til gradering før tid, i henhold til Kukkiwon regler. Dette forudsætter kandidaten har ydet ekstraordinær treningsindsats på 5-6 ukentlige treningsdagar gennem hele perioden siden sidste gradering.
For højere dangrader forventes det i tilleg en betragtelig instruktørindsats.

Helbred (Skader)

Graderingspanelet forventer at alle deltagere har godt helbred (er skadefri) til graderingen
Ved kroniske skader, kan der søges om dispensation for visse dele mod visning af lægeerklæring

Graderinges-gennemføring

Graderingspanelet kan velge å prøve kandidaterne til deler av pensum.
Det er altså ikke gitt at man må vise hele pensum på graderingen.